

# ООО «АБК-ПЭЙМЕНТ»

## Меню для учащихся

9 октября 2023

Завтрак МЛАДШИЕ	выход	Ст-ть	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Каша геркулесовая молочная	200		11,23	13,86	21,00	216,00
Чай с сахаром, с яблоком	200		0,11	0,06	8,97	36,68
Печенье	30		2,22	2,82	21,93	122,10
Батон нарезной	70		5,25	2,03	35,98	183,40
<b>Итого:</b>	<b>500</b>		<b>18,81</b>	<b>18,77</b>	<b>87,88</b>	<b>558,18</b>

Обед МЛАДШИЕ	выход		Белки	Жиры	Углев	Ккал
Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/5		5,57	8,69	18,93	191,10
Сосиски отварные	100		9,60	13,84	0,36	201,12
Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	150/3		4,90	7,69	45,56	265,30
Сок фруктовый (нектар плодовый)	200		1,00	0,00	20,20	84,80
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,50
Хлеб ржаной	25		1,65	0,30	9,90	49,50
<b>Всего</b>	<b>703</b>		<b>27,23</b>	<b>30,76</b>	<b>119,45</b>	<b>862,32</b>
<b>Итого</b>	<b>1203</b>	<b>115,14</b>	<b>46,04</b>	<b>49,53</b>	<b>207,63</b>	<b>1420,50</b>

Завтрак старшие	выход	Ст-ть	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Фрукты (яблоки)	100		0,9	0,20	8,1	43,0
Сосиски отварные	100		9,60	13,84	0,36	201,12
Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	180/3		10,34	9,49	46,41	312,30
Чай с сахаром, с яблоком	200		0,11	0,06	8,97	36,68
Хлеб ржаной	30		1,78	0,32	10,69	53,46
	<b>613</b>	<b>79,00</b>	<b>22,73</b>	<b>23,91</b>	<b>74,26</b>	<b>646,56</b>

Директор

Зав.производства

